Меню IIIкола № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),	<u> Ричег</u>		Стоимост
углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	ь питания
	<u>1-4</u>	класс	
)Ц-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109,	.090/50	Биточки мясные с соусом	66-36
(-80, Ca-40, Mg-10, P-31, Fe-1)Ц-256, Б-4, Ж-7, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-636,	.165	Рис припущенный с овощами	16-75
-89, Ca-17, Mg-33, P-98, Fe-1 Ц-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20,	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 Ц-27, Б-1, У-6	0.200 .1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	2-61
ц-27, Б-1, У-0)Ц-856, Б-16, Ж-36, У-91, Вит.А-13001,	.11031,232	Алео виниминный	112
ит.С-44, Вит.РР-3, Na-3765, K-909, Ca-257, lg-143, P-309, Fe-4			
	<u>5-11</u>	класс	
Ц-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, a-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, Р-110, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	28-17
Ц-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, lg-5, P-14	.050/50	Гуляш из птицы	53-75
)Ц-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, -1013, Ca-70, Mg-44, Р-131, Fe-2	.200/30	Картофельное пюре, огурец консервиров	37-59
9Ц-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4,	.200	Компот из сухофруктов	6-88
-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 IЦ-27, Б-1, У-6	.1ĸ/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
иЦ-1049, Б-23, Ж-52, У-89, Вит.А-2, Вит.С-56, ит.РР-5, Na-2654, К-1669, Ca-151, Mg-102,			129
-284, Fe-4	<u>OB3</u>	1-4 клас <u>с</u>	
Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	27-91
Ц-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145,	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	22-82
a-123, Mg-14, P-91 Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120,	.200	Какао с молоком	16-86
g-14, Р-90 Ц-27, Б-1, У-6	.1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	2-61
Ц-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, a-828, K-436, Ca-35, Mg-25, Р-88, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	23-80
ЭЦ-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109, К-80, Ca-40, Mg-10, P-31, Fe-1 ЭЦ-256, Б-4, Ж-7, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-636,	.090/50	Биточки мясные с соусом	66-36
	.165	Рис припущенный с овощами	16-75
-89, Са-17, Mg-33, Р-98, Fe-1 Ц-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20,	0,200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 Ц-27, Б-1, У-6	.1κ/31,25z	Хлеб витаминный	2-61
рЦ-1634, Б-39, Ж-65, У-195, Вит.А-13002, кит.С-60, Вит.РР-5, Na-5444, K-1697, Ca-743,			206
lg-212, P-712, Fe-6	OB3 5	-11 клас <u>с</u>	
иЦ-100, Б-4, Ж-4, У-1 4	.125/1 <i>um</i>	Йогурт фруктовый	27-45
Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25./26	Бутерброд с сыром	28-92
- 134, т 6-1 1J-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, a-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	30-86
д-134, Мg-18, F-114 Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120,	.200	Какао с молоком	16-86
1- 44 D 00	.200		
•	.200 .1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	2-61
Ц-27, Б-1, У-6 Ц-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2,			
.Ц-27, Б-1, У-6)Ц-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, la-1035, К-545, Са-43, Mg-32, Р-110, Fe-1)Ц-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком,	28-24
JU-27, Б-1, У-6 JU-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Ja-1035, K-545, Са-43, Mg-32, Р-110, Fe-1 JU-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Са-6, JU-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612,	.1κ/31,25ε .250/10/10	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	28-24 53-98
JL-27, Б-1, У-6 JL-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Ja-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1 JL-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, JG-5, P-14 JL-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, (-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2 JL-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4,	.1к/31,25г .250/10/10 .050/50	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец	28-24 53-98
I-I-27, Б-1, У-6 I-I-27, Б-1, У-6 I-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Ia-1035, K-545, Са-43, Mg-32, Р-110, Fe-1 II-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Са-6, Ig-5, Р-14 II-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, I-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2 II-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, I-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров	28-24 53-98 37-59
LL-27, Б-1, У-6 LL-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, la-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1 LL-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, lg-5, P-14 LL-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, c-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2 LL-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, c-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 LL-27, Б-1, У-6 BUL-1846, Б-48, Ж-80, У-203, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-5, Na-3614, K-2057, Ca-633, Mg-150,	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30 .200	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров Компот из сухофруктов	28-24 53-98 37-59 6-88
ILJ-27, Б-1, У-6 ILJ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Ia-1035, К-545, Са-43, Mg-32, Р-110, Fe-1 ILJ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, Р-14 ILJ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, С-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2 ILJ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, С-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1 ILJ-27, Б-1, У-6 ILJ-1846, Б-48, Ж-80, У-203, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-5, Na-3614, K-2057, Са-633, Mg-150,	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30 .200 .1k/31,25z	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров Компот из сухофруктов Хлеб витаминный	28-24 53-98 37-59 6-88 2-61
3Ц-27, Б-1, У-6 3Ц-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1 3Ц-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14 3Ц-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, C-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2 9Ц-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, C-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 3Ц-27, Б-1, У-6 3Ц-1846, Б-48, Ж-80, У-203, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-5, Na-3614, K-2057, Ca-633, Mg-150, P-622, Fe-5	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30 .200 .1k/31,25z	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров Компот из сухофруктов Хлеб витаминный	28-24 53-98 37-59 6-88 2-61 236
9Ц-27, Б-1, У-6 9Ц-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1 9Ц-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14 9Ц-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, C-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2 9Ц-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, C-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 9Ц-27, Б-1, У-6 9Ц-1846, Б-48, Ж-80, У-203, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-5, Na-3614, K-2057, Ca-633, Mg-150, P-622, Fe-5	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30 .200 .1k/31,25z podumen .200/10	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров Компот из сухофруктов Хлеб витаминный	28-24 53-98 37-59 6-88 2-61 236
Mg-14, P-90 ЭЦ-27, Б-1, У-6 ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1 ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14 ЭЦ-502, Б-17, Ж-34, У-5, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2 ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 ЭЦ-27, Б-1, У-6 ЭЦ-1846, Б-48, Ж-80, У-203, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-5, Na-3614, K-2057, Ca-633, Mg-150, P-622, Fe-5 ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-91 ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.1k/31,25z .250/10/10 .050/50 .200/30 .200 .1k/31,25z	Хлеб витаминный Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной Гуляш из птицы Картофельное пюре, огурец консервиров Компот из сухофруктов Хлеб витаминный	28-24 53-98 37-59 6-88 2-61

Руководитель

Зав.производством_